

共建健康城市 同享幸福生活

——定海区攻坚省级健康促进区建设

□ 驻定海记者 吴建波 通讯员 王瑜瑜

健康生活，民之所望。今年，定海区建设省级健康促进区工作迈入第二年，也迎来了收官之年。

近两年来，定海区以创建工作为媒，大力普及健康生活方式，调整优化健康服务体系，进一步提升了人民群众健康素养和健康水平。

根据《浙江省健康促进县区创建(2021-2022年)指标》中的任务，定海区从完善“健康融万策”长效机制、加大健康促进场所创建力度等多方面入手，强化部门联动，抓紧补齐短板。6大类、41小项、59条创建任务如同一粒粒健康细胞，正在融入城市的鲜活血脉，为健康生活源源不断地注入活力。



培育健康机关 打造创建“主力军”

今年8月，来自市卫生健康委的龚岳平走进定海区综合行政执法局，以《科学生活方式》为主题为该局工作人员上了一堂健康知识讲座，引导大家养成“合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡”健康四大基石的意识和习惯。

机关单位是弘扬健康文化的主力军，也是健康促进区建设引领者。定海区以建设行动为引领，多举措开展健康机关创建，积极

促进机关工作人员身心健康，营造文明和谐的健康机关氛围，目前已建成31家健康促进机关。

定海区综合行政执法局是今年定海新创建的健康机关单位之一，走进单位大厅，一处健康角格外显眼，各种宣传标语、宣传栏等“小”物件向职工传递健康“大”知识。今年，该局还动员了系统内20人次参加绿道健走大赛和“万步有约”健步走活动，引导职工养成

“日行万步、科学健走”的健康生活习惯，达到预防慢性病、促进健康的目的。

牵好牛鼻子，建好大体系。以健康机关单位创建为“领头羊”，定海区建立健全了覆盖镇(街道)、机关、学校等社会细胞的健康促进工作网络，全区专兼职工作人员达355人，共有118名健康教育讲师常年持续开展健康素养巡讲，让健康生活理念根植每个角落。

打造健康公园 探索“家门口”健身新模式

走进定海湿地公园，一幅热爱运动，健康生活的景象迎面而来：全市首套室外智能“健身房”内，前来锻炼的人脚踩骑行踏板，挥汗如雨强健体魄；散步在蜿蜒的步道上，慢跑的市民不时擦肩而过……去年，越来越多的健康元素融入到这座公园，使其满足市民休闲娱乐所需之外，让更多人在游、动、赏、乐中学到健康生活知识，成为一座以“健康运动，健康人生”为主题的健康主题公园。

在约700米长的健康步道两侧，“合理膳食、适量运动”“日行一万步、吃动两平衡”等一系列健康宣传牌分外显眼。每间隔100米设立的提示牌，记录着游客的步行消耗热量、步

数等。“我们一家基本上每周都要来好几次，一边溜娃一边锻炼身体。”公园的悄然变化，让家住附近“城市新境”小区的黄女士更加喜欢上了这里。

定海湿地公园的“升级”，是定海区以打造健康主题公园为渠道，推进省级健康促进区建设的一个缩影。放眼全区，定海已经在近两年的时间里建设了定海湿地公园、定海公园等4个健康主题公园、7条健康步道。目前全区共建有体育设施1265个，人均体育场地面积达2.6平方米，智能便捷的健康设施随处可见。

以省小康体育村、渔农民健身工程等建

设为载体，定海区还持续完善基层体育设施布局。建成绿色登山健身步道200余公里，15个健身广场和休闲公园，1000多套全民健身路径等。11个镇(街道)全部创成省体育强镇，各镇(街道)、中心社区基本完成村(居)全民健身点建设，全区119个社区都建有文体活动室。

同时，体育设施规范管理也不断加强，定海区制定出台了《定海区全民健身晨(晚)练点管理办法(试行)》，明确体育设施管理的责任主体、经费投入、设施维护、伤害保险等一揽子长效管理机制，确保便民体育设施安全、正常使用。

本版图片由定海区卫监局提供

文明健康 绿色环保 公益广告

使用公勺
好评如潮

舟山市自行设计作品

